

幼児の豊かな運動生活づくりに向けた環境整備に関する予備的研究

A preliminary study on how to create an environment in order to enrich the childhood of Sport Life

中尾 健一郎

I はじめに

現代の子どもたちは、身体活動の量と質が低下したと言われている。直接的原因は体を動かす環境や機会が減少し、多様な動きを含む遊びの経験ができなくなったことにある。そして、我が国でも「幼児期運動指針」が発表されたように社会的にも看過できない問題となっている。しかし、本来、子どもは活動的な存在であり、子どもにとって遊びは生活そのものでもあり、適切な環境と機会があれば無我夢中で遊び、その経験の中で様々な動きを経験していくはずである。そのように考えるとどのような環境が身体を動かしたいという活動欲求を満たすのか、またそれを引き出す環境とはどのようなものなのかを追及していくことは保育現場に求められることである。さらに言えば保育時間には限りがあり保育者が環境をコントロールできるのは一部である。生活の中に身体を動かす習慣を位置づけるためには家庭との連携をとりながらそれぞれの立場で有効な方法を講じる必要があり、トータルな生活の中で健康な生活リズムを獲得するために協力していく必要がある。

本研究はこのような視点にたって保育者が健康で豊かな生活づくりのために運動という視点から取り組む方法について検討し有効な手段について明らかにしていくための予備的な研究として位置づけたいと考えている。

II 方法

本研究を進めるにあたり次の2つの調査を主に実施した。ひとつは子どもの運動能力の現状を把握するための運動能力検査である。この検査を実施することにより子どもの運動発達の様子が明らかとなり、活動内容や指導内容、環境、保育計画に至るまで改善の指標として役立てることができる。

実施した運動能力検査は文部科学省が幼児期運動指針を策定する際に実施した「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動のあり方に関する調査研究」でも用いられた「MKS 幼児運動能力検査」で、4～6歳の子どもを対象とし、6種目の検査で構成されている。この検査の最大の特徴は、幼児期の子どもを対象とした全国標準をもつ日本で唯一の運動能力検査であるということである。そして測定の結果は判定基準によって5段階に評価されるため、何種目か選んで実施することも可能である。今回は最も基本的な運動能力である「走る」、「投げる」、「跳ぶ」を選び25m走、テニスボール投げ、立ち幅跳びの3種目の検査を春と冬の2回（実施日：平成26年5月30日、6月20日（春）と12月12日（冬））に分けて行った。

もうひとつは保護者を対象とした運動生活調査である。調査項目は笹川スポーツ財団が実施した「4～9歳のスポーツライフに関する調査2013」を参考に選定し、子どもと保護者の運動に対する意識と生活の中に運動をどのように位置づけているか現状を把握した。加えて、運動会に関する意識も調査し、園の代表的な体育的な行事との関連性も分析してみた。調査は平成26年12月に実施し回収率は100%であった。

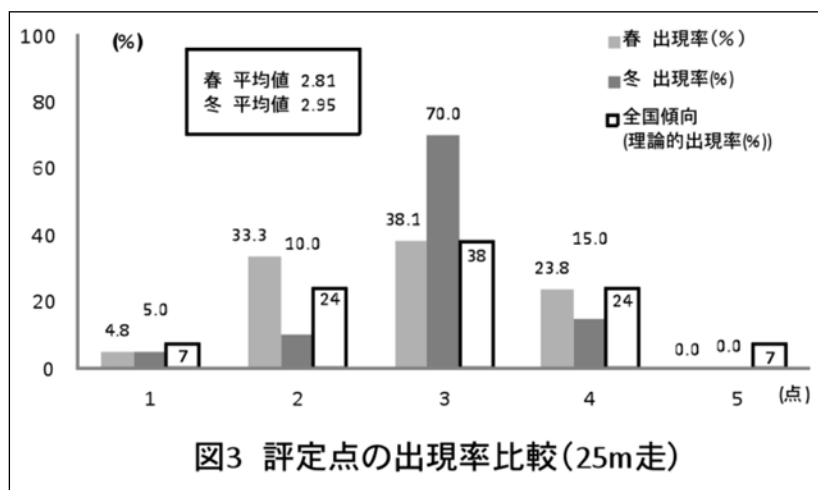
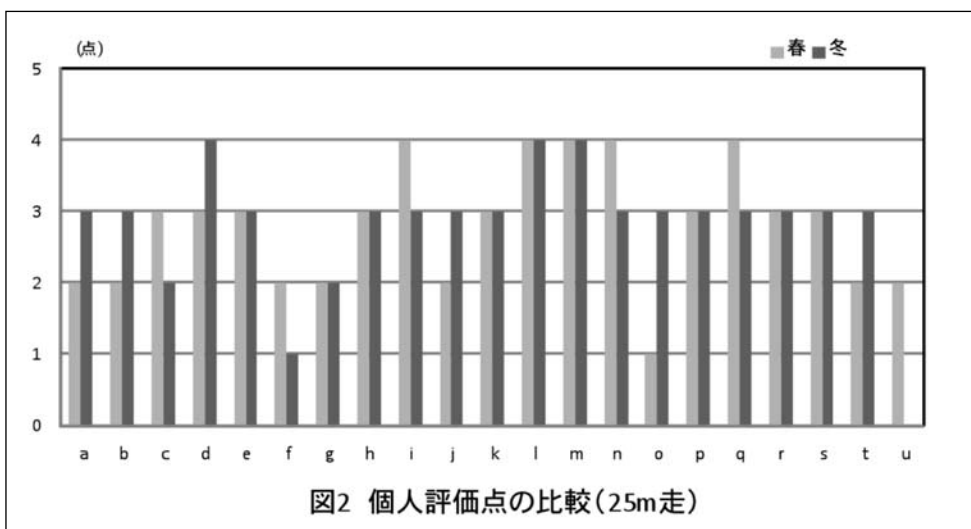
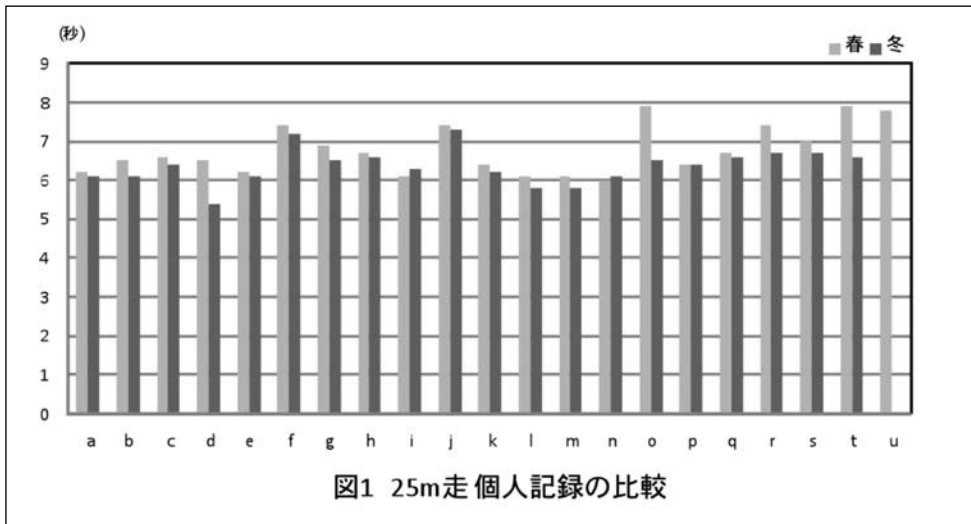
最後にこの2つの調査結果を踏まえて担任の先生と意見交換しながら、子どもの運動や運動遊びの取り組みについて振り返りを行った。今回対象としたのは佐世保市内のA幼稚園年長1クラスで21名が在籍をしている。

Ⅲ 結果の概要

1) 運動能力検査の結果について

① 25 m走

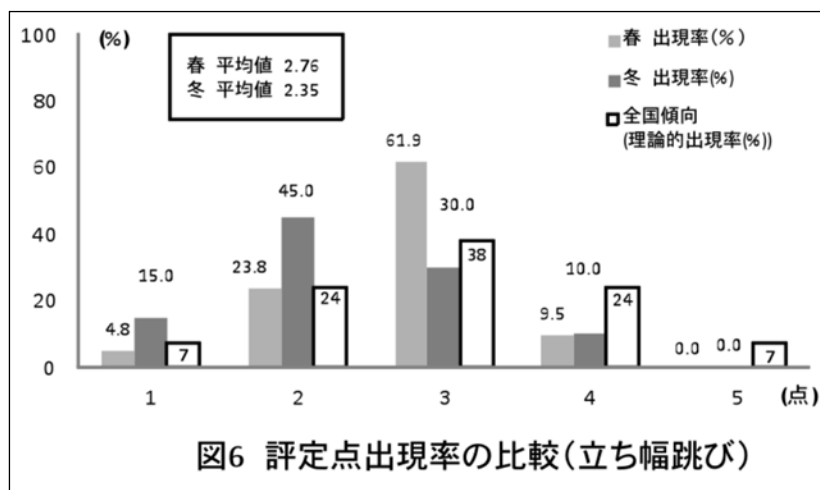
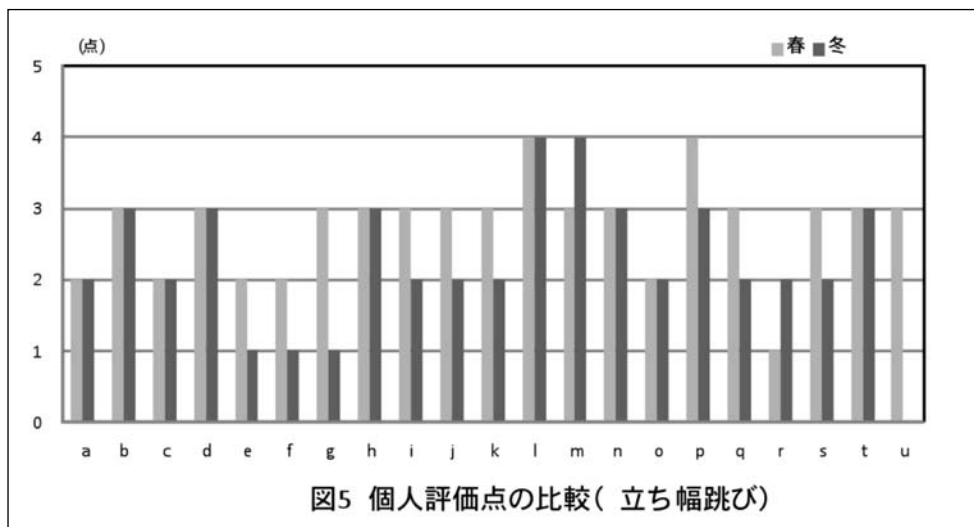
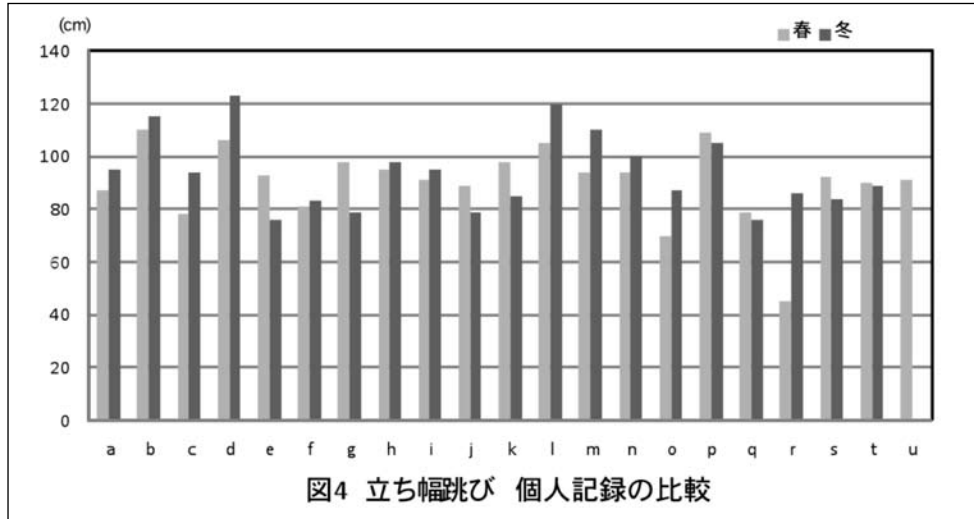
図1は春と冬に測定した25m走の個人記録の変化を示している。2回とも測定できた20名のうち85%にあたる17人の子どもの記録が向上していた。図2の評価点でみると25%(5人)が下がっていたが、30%(6人)



が向上し、45%、(9人)が横ばいと、75%が維持向上している様子が窺える。図3は評定点の出現率を比較したものであるが、春に比べて冬は2点の出現率が33.3%から10.0%に減り、3点の出現率が38.1%から70.0%に増えている。平均値も2.81から2.95に上がっており、4点台の出現率は減っているものの、2点台から3点台への変化が全体的な能力の向上に寄与していると考えられる。

②立ち幅跳び

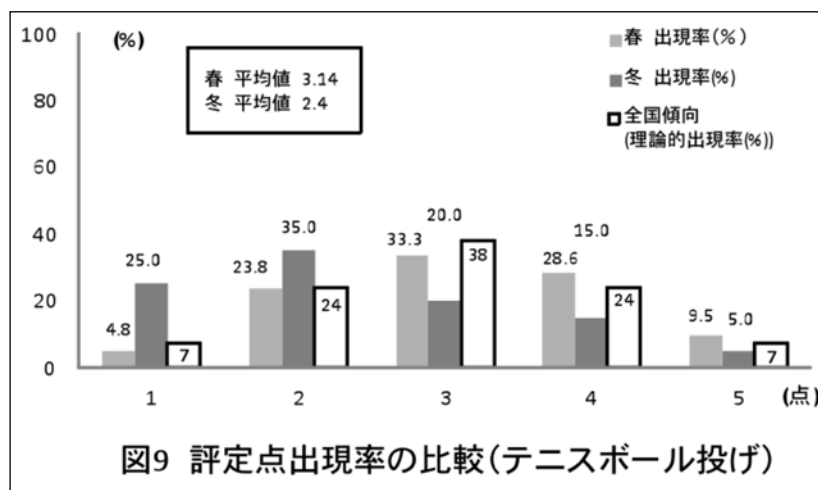
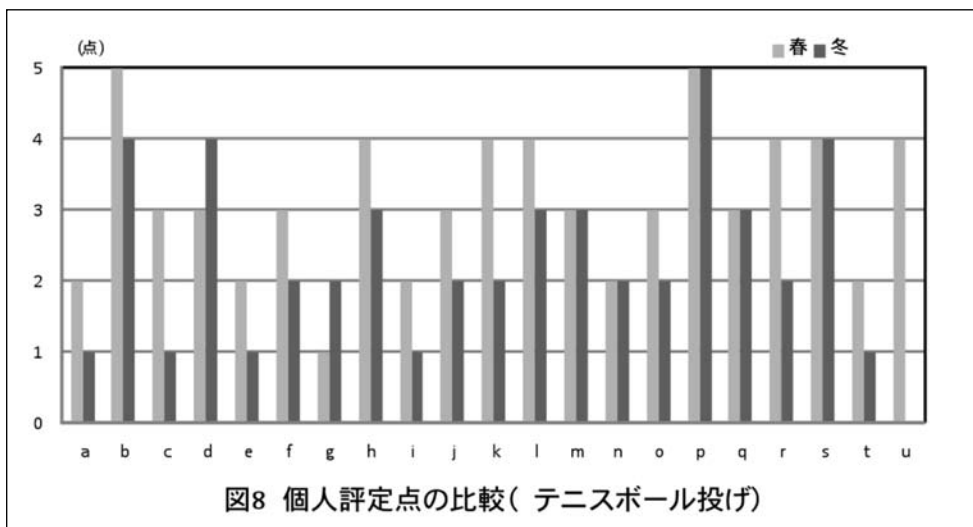
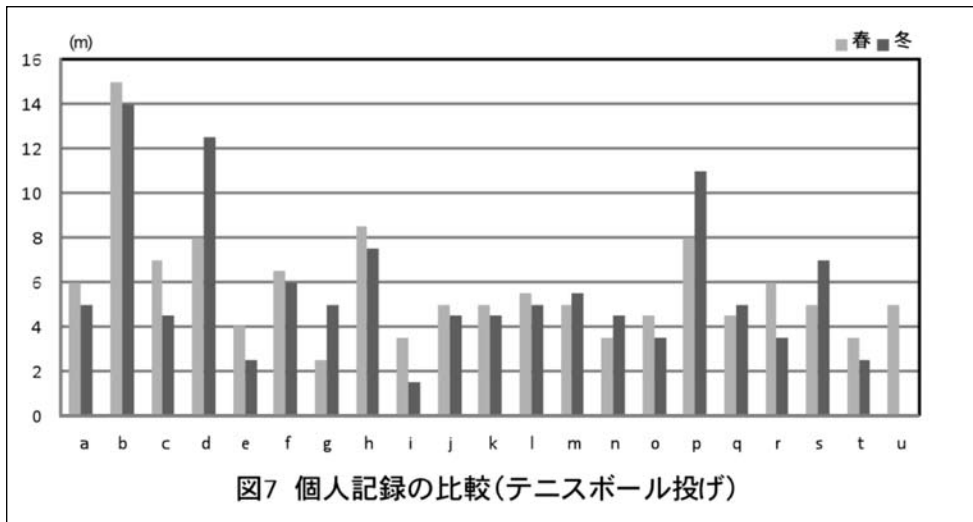
図4は立ち幅跳びの個人記録の変化を示している。60%(12人)の記録が伸しており、40%(8人)が低下している。



評定点をみると（図5参照）、10%（2人）が伸びており、45%（9人）が横ばいと、55%が維持向上している。出現率をみると（図6参照）3点台が61.9%から30.0%と減少し、2点台が23.8%から45.0%と増えている。平均値は2.76から2.35に低下していることから、この変化が影響しているものと考えられる。

③テニスボール投げ

テニスボール投げの個人記録は35%（7人）が上っており、65%（13人）が低下している（図7参照）。評定点をみると10%（2人）が上がり、25%（5人）が横ばい、65%（13人）が低下しており、記録が向上して



いても標準化すると変化がない子どもたちが半数以上いることになる（図8参照）。出現率をみると春は全国傾向よりも良い傾向であったが、冬は3点から5点までの子どもたちが少なくなり、1点から2点の子どもたちが増え、特に1点は4.8%から25.0%と、20%以上も増えている。平均値も3.14から2.4に下がり他の2種目に比べて低下傾向が強くなっている様子が窺える。

2) 運動生活調査の結果について

(1) 家庭における活動の実態について

表1は子どもが1年間に1番よく行った運動・スポーツ・運動遊びの実態を示している。内容では「水泳」をよく行っているようである。活動頻度は週単位が最も多く、家族やクラブ・サークルの仲間と一緒に活動している様子がうかがえる。週単位での活動が位置づいているが、運動遊びよりも特定の種目に偏っている傾向にある。

表1 1年間に行った運動・スポーツ・運動遊びの実態

【1番目によくおこなったもの】

種目名	度数	%	期間	度数	%	活動相手	度数	%
水泳	6	28.6	1 1年間に	1	4.8	1 ひとりで	1	4.8
かけっこ	3	14.3	2 1か月に	3	14.3	2 家族と	8	38.1
おにごっこ	2	9.5	3 1週間に	15	71.4	3 友だちと	2	9.5
なわとび	2	9.5	無回答	2	9.5	4 クラブ・サークルの仲間と	9	42.9
かくれんぼ	1	4.8	合計	21	100.0	5 その他	0	0.0
キャッチボール	1	4.8	時間/回	度数	%	無回答	1	4.8
サッカー	1	4.8	60	6	28.6	合計	21	100.0
ダンス	1	4.8	30	5	23.8			
バスケット	1	4.8	50	3	14.3			
自転車	1	4.8	15	2	9.5			
体育教室	1	4.8	5	2	9.5			
鉄棒	1	4.8	180	1	4.8			
合計	21	100.0	45	1	4.8			
			20	1	4.8			
			合計	21	100.0			

(2) 子どもの運動やスポーツ・運動遊びに関する意識

子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する意識は7割以上が「好き」と答えており、「どちらかという好き」と合わせると全員が好印象をもっている。また現状に対する認識は「いっぱいしているけど、もっとしたい」「あまりしていないので、もっとしたい」という「もっとしたい」傾向の強い子どもたちが8割をしめ、活動欲求が強い傾向がみられる。

表2 子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する意識

項目	度数	%
1 好き	16	76.2
2 どちらかという好き	5	23.8
3 どちらかというときらい	0	0.0
4 きらい	0	0.0
計	21	100.0

表3 子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する現状認識

項目	度数	%
1 いっぱいしているけど、もっとしたい	8	38.1
2 いっぱいしているけど、今のままでいい	2	9.5
3 いっぱいしているけど、今よりへらしたい	1	4.8
6 あまりしていないので、もっとしたい	9	42.9
7 あまりしていないけど、今のままでいい	1	4.8
8 あまりしていないけど、今よりもへらしたい	0	0.0
計	21	100.0

(3) 保護者の運動・スポーツ・運動遊びに対する意識と現状認識

家庭においてどの程度子どもと一緒に身体を動かしているか質問をした結果を表4は示している。「している」傾向にある保護者は85.7%であるが、「よくしている」のは19.0%（4人）のみで、一緒に身体を動かしている

表4 家族と運動をする割合とその相手

項目	度数	%
1 よくしている	4	19.0
2 時々している	14	66.7
3 ほとんどしていない	2	9.5
4 まったくしていない	0	0.0
無回答	1	4.8
計	21	100.0

【よく一緒にする家族は】

項目	度数	%
1 主に父親	7	33.3
2 主に母親	7	33.3
3 父親と母親の両方	4	19.0
4 その他	1	4.8
無回答	2	9.5
計	21	100.0

機会が少ないようである。またよく一緒にする家族は「父親」と「母親」、「両方」含めると85.6%になり、どちらかが一緒に遊ぶ機会を持っている様子が窺える。

表5の子どもに身体を動かすことを進めるかどうかについては90.5%が勧めているが、「よく勧めている」のは38.1（8人）であり、積極的とはいえない。その中で声をかけているのは52.4%が「主に母親」であり、運動の働きかけに中心的役割をしているようである。

表5 家族で運動を勧める割合

項目	度数	%
1 よく勧めている	8	38.1
2 時々勧めている	11	52.4
3 ほとんど勧めない	1	4.8
4 まったく勧めない	0	0.0
無回答	1	4.8
計	21	100.0

【運動を勧める家族は】

項目	度数	%
1 主に父親	3	14.3
2 主に母親	11	52.4
3 父親と母親の両方	6	28.6
4 その他	0	0.0
無回答	1	4.8
計	21	100.0

(4) 子どもの運動会に対する意識

保育現場においてはもっとも代表的な体育的行事である運動会について子どもたちの意識を質問した結果を表6,7は示している。「楽しみにしていた」子どもたちが81%、「どちらかという楽しみにしていた」を含めると9割以上が「楽しみにしていた」様子が分かる。また楽しみにしていたのは「かけっこ」「組体操」「リレー」の人气が高く、「走る」「競い合う」要素を含む運動を好んでいた様子が窺える。

表6 子どもの運動会に対する期待度

項目	度数	%
1 楽しみにしていた	17	81.0
2 どちらかという楽しみにしていた	3	14.3
3 どちらかという楽しみにしていなかった	0	0.0
4 楽しみにしていなかった	0	0.0
無回答	1	4.8
計	21	100.0

表7 子どもの楽しみにしていた運動会種目

項目	度数	%
かけっこ	7	33.3
組体操	3	14.3
マーチング	2	9.5
かけっことリレー	2	9.5
がんばっている様子を見てもらうこと	2	9.5
リレー	1	4.8
かけっこと組体操	1	4.8
組体操とリレー	1	4.8
組体操とマーチング	1	4.8
無回答	1	4.8
合計	21	100.0

(5) 保護者の運動会の様子を見た意識

表8は運動会で子どもの様子を見た保護者の意識について質問した結果である。運動会を見ることにより「子どもの成長を実感した」「自分の力を出し切っていた」「いつもと違う一面を見た」など子どもの頑張りを実感していることが理解できる。加えて「もっと子どもと遊んだり運動をしたりしようと思った（42.9%）」「もっと身体を動かす機会をつくってあげようと思った（33.3%）」と回答する保護者もあり、家庭での運動習慣の振り返りにもつながっている様子が窺える。

表8 運動会で子どもの様子を見た意識

項目	度数	%
1 子どもの成長を実感した	19	90.5
2 動きが良くなった	8	38.1
3 自分の力を出し切っていた	15	71.4
4 お友達と協力できていた	10	47.6
5 いつもとは違う一面をみることができた	9	42.9
6 体をうまくコントロールできていた	6	28.6
7 他のお友だちとの成長の違いが分かった	3	14.3
8 子どもの得意不得意がわかった	4	19.0
9 お友だちを励ましたり、応援したりできていた	6	28.6
10 お友だちへアドバイスができていた	0	0.0
11 もっと体を動かす機会をつくってあげようと思った	7	33.3
12 もっと子どもと遊んだり運動したりしようと思った	9	42.9
13 自分も運動をもっとしようと思った	3	14.3
14 その他(具体的に)	0	0.0
15 特に何も感じなかった	0	0.0

(6) 保護者から見た運動会後の子どもの変化

表9は運動会後の子どもの変化について質問した結果である。「あきらめずに頑張るようになった」「体力がついてきた」「身体を動かすことへの意欲・関心が高まった」と感じている保護者が多く、精神的な行動体力（意欲、やる気など）と身体的な行動体力の向上を実感している様子が分かる。また、「園のことをよく話すようになった」「お友だちと協力するようになった」「お友だちとよく話すようになった」など園や家庭でコミュニケーションが広がっている傾向もみられ、社会性も変化している様子が窺える。

表9 保護者から見た運動会後の子どもの変化

項目	度数	%
1 体を動かすことへの意欲・関心が高まった	5	23.8
2 よく体を動かすようになった	3	14.3
3 よく外で遊ぶようになった	4	19.0
4 お友だちと協力するようになった	4	19.0
5 お友だちを励ましたり、応援したりするようになった	3	14.3
6 あきらめずに頑張るようになった	9	42.9
7 体力がついてきた	7	33.3
8 病気をしなくなった	4	19.0
9 何事にも積極的になった	4	19.0
10 園でのことをよく話すようになった	6	28.6
11 お友だちとよく話すようになった	4	19.0
12 遊んだりするお友だちが増えた	3	14.3
13 体を動かすことに消極的になった	0	0.0
14 その他(具体的に)	0	0.0
15 特に変化はみられなかった	5	23.8

(7) 保護者の運動・スポーツ・遊びについて園に期待すること

表10は保護者が運動・スポーツ・運動遊びについて、どの程度期待しているか尋ねた結果である。「非常に期待する」割合だけみると、「先生方が数多くの運動遊びを知っていること」や「先生方が運動遊びや体育的指導ができること」よりも「子どもが自由に運動遊びができる（環境を整える）こと」に期待している様子が窺え、人的な環境より、物的な環境の整備を望んでいる傾向にある。

表10 運動・スポーツ・運動遊びについて園に期待すること

	(上段 n/下段 %)	1 非常に期待する	2 やや期待する	3 あまり期待しない	4 全く期待しない
1 自由な運動遊びの時間が十分あること	12 57.1	8 38.1	1 4.8	0 0.0	
2 先生方が、運動遊びや体育的指導ができること	11 52.4	9 42.9	1 4.8	0 0.0	
3 子どもが自由に運動遊びができる(環境を整える)こと	16 76.2	5 23.8	0 0.0	0 0.0	
4 先生方が、数多くの運動遊びを知っていること	10 47.6	11 52.4	0 0.0	0 0.0	
5 戸外で思いっきり遊べること	15 71.4	6 28.6	0 0.0	0 0.0	
6 新しい遊具を設置すること	0 0.0	10 47.6	9 42.9	2 9.5	

(8) 子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する保護者の関わり方について

表11は保護者の子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する関わり方について、その意識を尋ねた結果である。「運動やスポーツ、運動遊びは専門の指導者に習う方が良いと思う」よりも「親子で一緒に体を動かすことは大切に思う」「子どもの体を動かす機会を増やすために、親子で行うのは良いと思う」の方が圧倒的に多く、専門の指導者より保護者が積極的に子どもの運動習慣づくりに関わるべきと考えている様子が窺える

表11 子どもの運動・スポーツ・運動遊びに対する保護者の関わり方について

項目	度数	%
1 親子で一緒に体を動かすことは大切だと思う	18	85.7
2 子どもを動かす機会を増やすために、親子で行うのは良いと思う	16	76.2
3 運動やスポーツ、運動遊びは専門の指導者に習う方が良いと思う	6	28.6
4 園で体を動かす機会をもっとつくってほしいと思う	7	33.3
5 運動や遊びだけでなく、生活習慣の中でも体を動かす機会をつくりたいと思う	8	38.1
6 その他	1	4.8

3) 運動・運動遊びに関する取り組みの振り返りについて

2つの調査結果を踏まえて、園で運動や運動遊びに関わる取り組みについて、今回調査を実施したクラスの担任にインタビューを行った。表12は振り返った項目と現状について示している。

全般的な課題としてあげられているが、年間に決められた行事があり、特に対象となった年長クラスは運動会以降に行事が多くなり、その準備や練習で自由に子どもたち遊ぶ時間がとれない現状がわかる。また保護者に対しても家庭で運動を行う場や機会を創るよう促すような取り組みが部分的にはされているが活用されておらず、うまく進んでいない様子も見られる。

表 12 園での運動や運動遊びに関わる取り組みの振り返り

園や家庭に向けて行われる運動や運動遊びの環境整備(例)	現状
(1)園の生活の中で運動を行う場や機会を創る	
①遊具(固定・移動)や用具の魅力で運動を誘発する	
・魅力的な遊具・用具の整備や確保	運動会後はなわとび大会に向けて、カードとシールを用意している
・遊び空間の場づくり、構成	リレー遊びをしたり、なわとびを促したりしている
②時間・内容が企画されたプログラムを提供する	
・課業として行う体育的な活動の確保	運動会の練習としての組体操やリレーへの取り組み
・自由に遊べる時間に運動遊びを取り入れる	自由遊びの時間がバスの送迎との関係であまりとれず(迎えと送りの30分ぐらい)、その中で運動遊びを自主的にやる子は少ない。先生方も安全性の面から、提案できにくい状況にあるが、なわとび大会前にはカードとシールがあるので積極的に促している。
・運動会や遠足など体育的および身体活動を伴う行事を増やす	なわとび大会、お別れ遠足が他にあるが、その他の行事もたくさん計画されており、新たに行うのは難しい。
③一緒に楽しむ仲間づくりを支援する	
・保育者が見本となり、遊ぶ仲間を増やしていく	なわとび大会に向けてシールを用意して練習を促している
(2)家庭の生活の中で運動を行う場や機会を創る	
①保護者への情報提供(体を動かすことの重要性、子どもの様子の伝達、地域の遊び場の紹介など)	特にしていない。
②園での保育参加 園での取り組みに参加してもらい、保護者への理解を促す	わくわくタイムの参観をしているが、保護者は参加していない。
③園庭の開放 早朝や放課後など園庭を開放し、保護者と一緒に体を動かす機会をつくる	朝夕に園庭の開放をしている。子どもだけが利用して保護者は活用していない。
(3)全般的な課題	特に年長クラスは運動会以降に行事が続き、その練習に時間を費やすため自由に遊ぶ時間がとれない。また、わくわくタイムも1学期は運動会の組体操の練習になるため運動遊びをする時間も取りにくい。

IV 結果の考察

図 10 は今回の調査結果と運動会との関連について図示したものである。運動会を子どもたちの約 8 割が楽しみにしおり、運動能力の結果でも子どもたちが運動会種目で一番楽しみにしていた「かけっこ」の能力を示す「25 m 走」の評定が運動会後の検査で全体的に向上するという結果が示されている。また運動会後に保護者が子どもの変化について感じていたことは身体的側面と精神的側面、社会性の成長を感じ取っているという結果であった。WHO 憲章前文の健康の定義には「身体的、精神的、社会的に良好な状態」と謳われているが、健康的な状態への変化が感じとられている結果を示している。さらに、保護者自身も「時々している」という状態が半数であった家庭での子どもと一緒に遊ぶ機会を見直すきっかけとなっていることも結果から明らかである。つまり子どもの運動・スポーツ・運動遊びとの関わりを運動会を通して見てみると、運動会が園と保護者が子どもたちの育ちを共有できる一つの機会となっていると考えられる。

一方、園側の取り組みを振り返ると、宇土(1986)が行事の持つ役割や意義について、「行事をきっかけにそのための準備や練習を伴い、日頃より以上に強い関心を喚起させる、知識能力を高める、あるいは高めようとする態度を生起させ、さらにはその時期を過ぎても維持させる点である」と述べているように、図で示した矢印①の運動会に向けての取り組み、矢印②の運動会後の取り組みの重要性が指摘できる。子どもたちの育ちに教育的影響を期待している現場は、そこに教育的な場や手がかりを見いだしていると考えられるからである。表 12 では矢印①、②の現状も表しているが、①については運動会に向けた練習として組体操やリレーの練習を中心的に取り組み、②については次の行事に向けた取り組みに移行している現状が理解できる。行事に追われているという現在の保育現場に共通する問題もあり、運動会後の運動能力検査において「跳ぶ」「投げる」能力が停滞してしまったことと結びつけるにはその根拠が乏しいが、保育者と保護者も感じている子どもたちの変化を環境づくりに向けて効果的に活用する方法を運動会を計画する段階から園全体として考える必要があるのではと思われる。

以上のように運動会を通して環境整備について考察を試みたが、運動会は子どもたちの育ちや保護者に対しても健康づくりという視点から園の教育的影響を与えることの出来る取り組みであり、代表的な体育的行事として保育者と子ども、保護者がより直接的に関わることの出来る貴重な機会でもある。どこの保育現場でも必ず開催され、子どもも保護者も楽しみにしている。豊かな運動生活に向けた環境づくりを考えていくためには、冒頭にも述べたとおり、家庭との連携が欠かせないものとなってくるということを考えると、園全体の環境を見直すきっかけとして運動会は重要な役割を果たすものと考えられる。

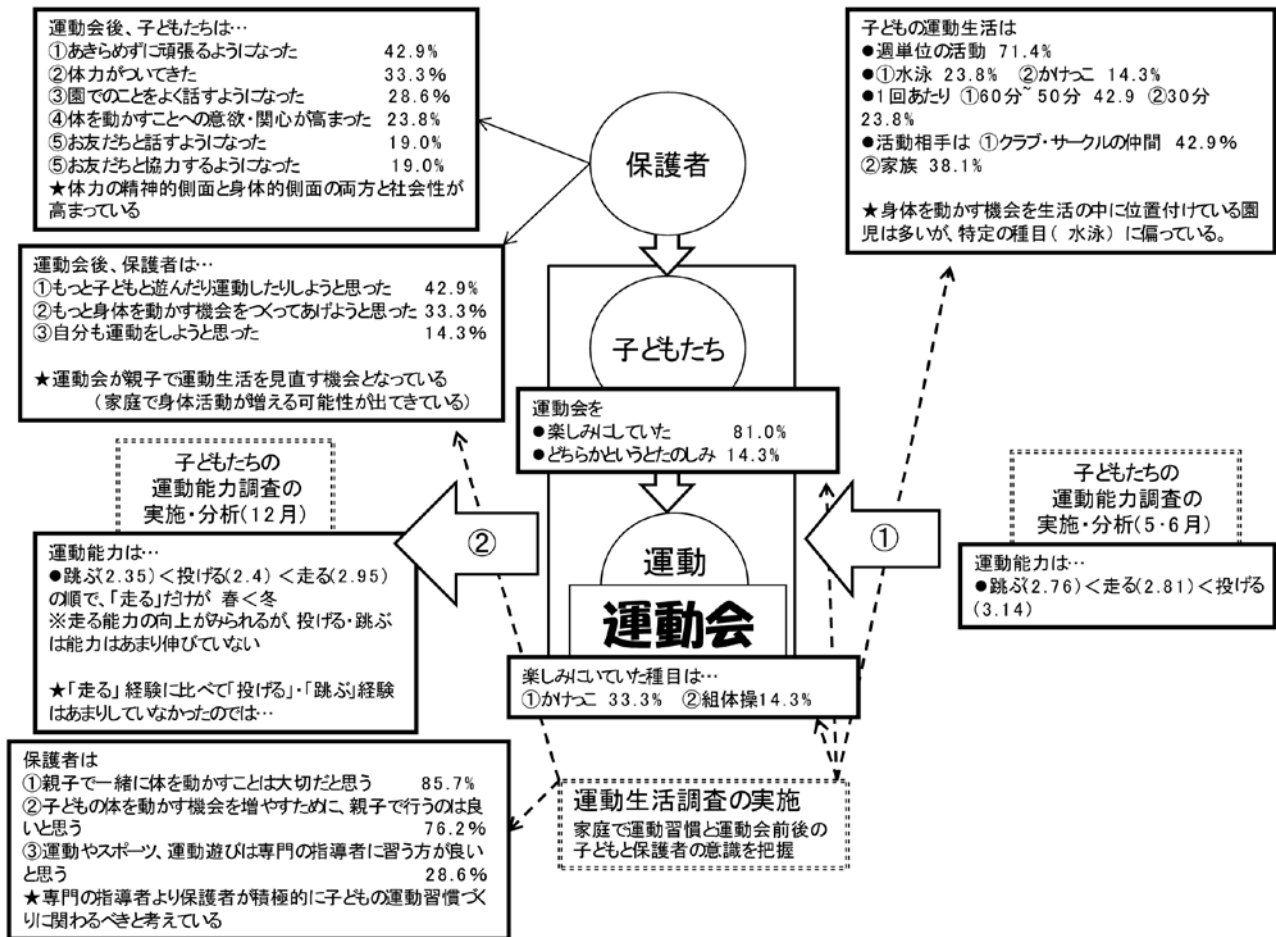


図10 調査結果の運動会との関連性について

V 結語

運動能力検査は子どもの現状を把握する手段として、そして園の取り組みが子どもたちの運動を通じた健康づくりにいかに貢献したかその有効性についても振り返る視点を与えてくれた。また運動生活調査は家庭との連携・情報の共有を図るための貴重な情報を与えてくれた。今回は調査結果について子どもや保護者に情報として提供する機会がなく、今後は提供する手段についても検討しながら関連的な取り組みとして位置づけていきたいと考えているが、これらの結果をそれぞれの調査結果の評価だけに留まらず、園で用いた手段の評価にもフィードバックし、改善していく取り組みが積み重なっていくと豊かな運動生活づくりに向けて有効に働くのではないかと考えている。その際特に今回取り上げた運動会という体育的行事と関連させることにより、これらの取り組みの可視化につながり、より効果的にすすめることが出来るのではないかと考えている。図11はこれらを図式化したものであるが、今後の研究課題として、この枠組みの検証を試みたいと考えている。

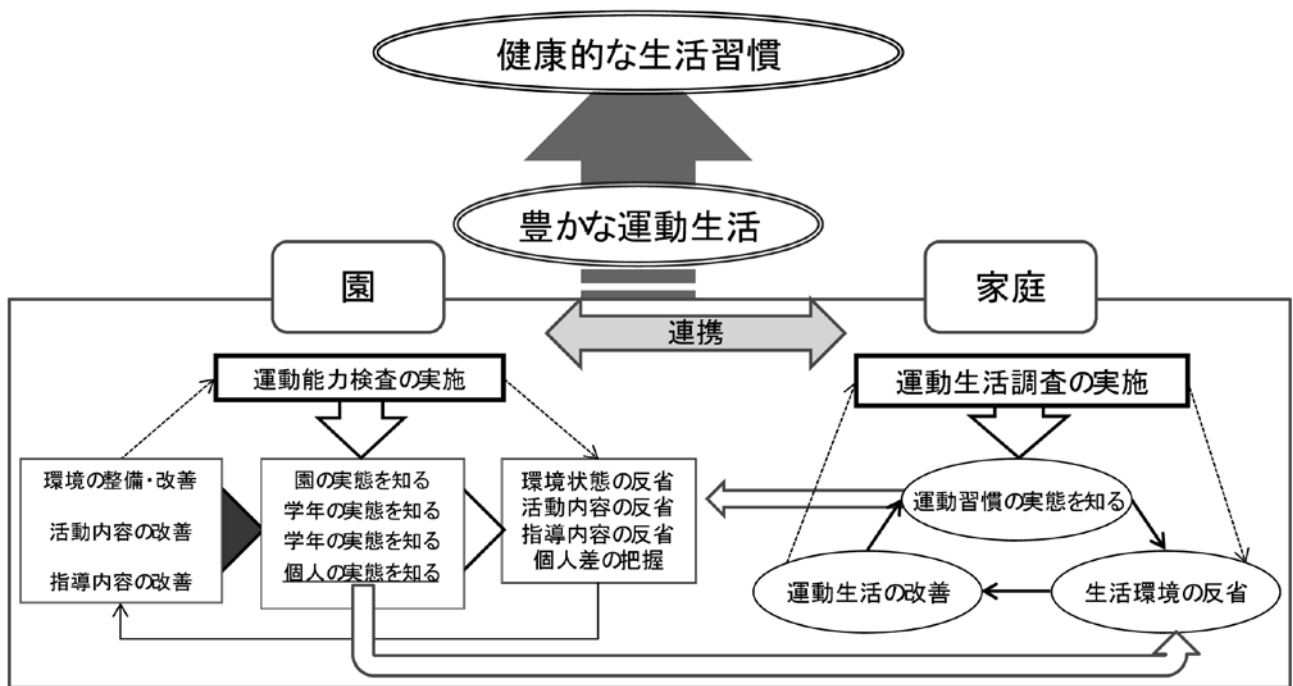


図 11 豊かな運動生活づくりに向けた園と家庭の連携（杉原（2014）に加筆）

【謝辞】

本研究を進めるにあたり、調査を快く受けていただきました幼稚園の皆様、保護者の皆様、特に担任の先生には貴重な時間を割いて協力していただきました。感謝の気持ちとお礼を申し上げたく、謝辞に代えさせていただきます。

※本研究は長崎短期大学平成 26 年度傾斜配分研究費より助成を受けていることを付け加えておく。

<引用・参考文献>

- 宇土正彦（1986） 体育経営の理論と方法．大修館書店．
- 近藤充夫（1979） 幼児の体力と運動遊び（保育実技シリーズ⑭）．フレーベル館．
- 笹川スポーツ財団（2013） 子どものスポーツライフ・データ 2013 4～9 歳のスポーツライフに関する調査報告．
- 杉原 隆・河邊貴子（編著）（2014） 幼児期における運動発達と運動遊びの指導．ミネルヴァ書房．
- 文部科学省（2012） 幼児期運動指針．
- 文部科学省（2012） 体力向上の基礎を養うための幼児期における実践活動のあり方に関する調査研究報告書．
- 幼児運動能力研究会 MKS 幼児運動能力検査について .<http://youji-undou.nifs-k.ac.jp>